

PARÓQUIA DE MATOSINHOS

**CATEQUESE DA INFÂNCIA E
ADOLESCÊNCIA**

PLANO DE CONTINGÊNCIA



PLANO DE CONTINGÊNCIA

INDÍCE

1.	INTRODUÇÃO	3
2.	ENQUADRAMENTO - COVID-19	3
3.	COORDENAÇÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA.....	4
4.	MEDIDAS DE PREVENÇÃO.....	4
	A)COMUNS AOS CENTROS DE CULTO ONDE SE FAZ CATEQUESE.....	4
	B)CPM. MEDIDAS ESPECÍFICAS	8
	C)INSF. MEDIDAS ESPECÍFICAS.....	9
5.	PLANO DE CONTINGÊNCIA.....	10
	A)RESPONSÁVEIS.....	10
	B)ÁREAS DE ISOLAMENTO	10
	C)GESTÃO DE CASO	11
6.	NOTAS FINAIS.....	14



PLANO DE CONTINGÊNCIA

1. INTRODUÇÃO

O objetivo deste Plano é prevenir a doença e conter uma eventual transmissão da SARSCov-2, criando condições de segurança nas instalações dos centros de culto da Paróquia de Matosinhos onde se faz Catequese.

O Plano de Contingência servirá de referencial de atuação para toda a sua comunidade que compreende a catequese da infância e adolescência. que, com responsabilidade, tudo fará para o levará à prática.

Na realidade **ninguém é uma ilha, todos precisamos uns dos outros, “ninguém se salva sozinho”**.

2. Enquadramento - COVID-19

A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV2). Manifesta-se predominantemente por sintomas respiratórios, nomeadamente, febre, tosse e dificuldade respiratória, podendo também existir outros sintomas, entre os quais, odinofagia (dor de garganta), dores musculares generalizadas, perda transitória do paladar ou do olfato, diarreia, dor no peito e dor de cabeça, entre outros. A pessoa infetada pode não apresentar sinais ou sintomas (assintomática).

As crianças e jovens diagnosticados com COVID-19 têm habitualmente uma manifestação ligeira da doença, com menor risco de complicações e hospitalização.

Com base na evidência científica atual, este vírus transmite-se principalmente através de:

- Contacto direto: disseminação de gotículas respiratórias, produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, que podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas.
- Contacto indireto: contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com o vírus, em seguida, com a boca, nariz ou olhos. Existem ainda estudos que sugerem a acumulação de aerossóis potencialmente infetados em espaços fechados.

Atualmente, estima-se que o período de incubação da doença (tempo decorrido desde a exposição ao vírus até ao aparecimento de sintomas) seja entre 1 e 14 dias. A transmissão de SARS-CoV-2 pode ocorrer cerca de dois dias antes da manifestação de sintomas.

QUAIS AS MEDIDAS DE PREVENÇÃO?

Não havendo ainda uma vacina ou tratamento específico para esta doença, as medidas preventivas assumem um papel crucial no combate à COVID-19.

Para minimizar o risco de infeção pelo vírus SARS-CoV-2, é fundamental adotar medidas de prevenção e controlo da transmissão da COVID-19. Neste sentido, destacam-se as seguintes medidas:



PLANO DE CONTINGÊNCIA

- Distanciamento físico entre pessoas;
- Higiene pessoal, nomeadamente a lavagem das mãos;
- Etiqueta respiratória;
- Utilização de equipamentos de proteção individual (exemplo: máscaras);
- Higiene ambiental, como a limpeza, desinfeção e ventilação adequada dos espaços;
- Automonitorização de sintomas – caso uma criança apresente sintomas que podem ser sugestivos de estar com COVID-19, esta não deve frequentar a sessão de catequese.

Face ao exposto, urge definir a coordenação do Plano de Prevenção e de Contingência, assim como as medidas de prevenção e de contenção que constam das secções seguintes e que orientam o desenvolvimento do ano de Catequese 2020-2021.

3. Coordenação do Plano de Contingência

A coordenação do Plano de Contingência será feita pelo responsável pela Catequese assessorado pelos coordenadores para a Infância e Adolescência.

4. Medidas de Prevenção

a) Comuns aos centros de culto onde se faz catequese

1. Obrigatoriedade de uso de máscara para todos os adultos que circulem nas áreas de acesso às salas de Catequese, bem como os catequistas que estarão nas salas que lhe são destinadas.

Acesso às instalações e espaços comuns

2. Os pais e encarregados de educação não terão acesso ao interior dos edifícios onde se faz catequese, nomeadamente, no Centro Paroquial de Matosinhos (CPM) e nas instalações da Igreja de Nossa Senhora de Fátima.
3. O acesso e permanência nos espaços comuns por parte de pessoas externas à comunidade catequética (catequistas, crianças, pais e encarregados de educação) implica o uso de máscara.
4. Garantir as recomendações de distanciamento físico de todos as crianças nos espaços comuns (no período entre o fim da catequese e a Eucaristia);
5. Face ao crescimento acelerado do número de contágios e encarando a medida de carácter preventivo passar-se-á a realizar a medição da temperatura corporal dos catequistas e das crianças (catequizandos) que acedam às instalações onde se realizam as sessões de catequese.



PLANO DE CONTINGÊNCIA

A leitura da temperatura será feita na testa de cada pessoa com recurso a termómetros digitais por infravermelhos.

A leitura medida pela testa, equivale a temperatura medida pela boca (temperatura oral). De acordo com a informação da página eletrónica do SNS 24 **considera-se existir temperatura caso a temperatura oral seja $\geq 37,6^{\circ} \text{C}$**

Existem alguns cuidados que devem ser observados para que a leitura seja realizada corretamente

- a) É necessário certificar-se que a lente da sonda esteja totalmente limpa sem qualquer fragmento que possa alterar sua leitura;
- b) Para uma leitura eficiente é necessário que a testa esteja limpa, sem suor, uso de qualquer produto químico (Ex: Base, pó compacto e ou qualquer tipo de cosméticos), cicatrizes etc.
- c) Certifique-se antes de iniciar a leitura que a pessoa não tenha tomado banho ou feito exercício físico por pelo menos 30 min;
- d) Garanta-se uma permanência, da pessoa, em condições estáveis por pelo menos 5 min. Antes de realizar a medição.

Nas salas de catequese

6. A entrada das crianças para as salas de catequese compreenderá um período de 10 minutos, findo os quais as portas serão encerradas.

É fundamental a pontualidade da parte dos pais e encarregados de educação como contributo para o bom funcionamento da catequese.

Caso existe uma entrada retardatária, deverão os pais e encarregados de educação da criança entrar em contacto com a/o catequista do grupo que pertence para que venha acolher a criança.

Cada grupo de catequese funciona autonomamente na sua sala, evitando contacto com outros grupos.

Cada catequizando ocupa sempre o mesmo lugar e na mesma sala.

A permanência na sala de catequese não deve exceder os 60 minutos.

Nas salas é proibida a partilha de objetos, alimentos e bebidas.

7. Alocar, sempre os grupos de catequese às mesmas salas de acordo com a lista de distribuição de catequistas e grupos por edifícios e salas.
 - a. Cada sala terá à entrada um identificador com a indicação da lotação máxima de crianças.
 - b. Não é permitido ocupar uma sala que não tenha sido atribuída, sem a autorização prévia da Animador de ano, por motivos de higiene e segurança;



PLANO DE CONTINGÊNCIA

8. Cumprir as medidas de prevenção relativas à higienização das mãos, de etiqueta respiratória e de colocação de máscara;
9. Disponibilizar solução de base alcoólica à entrada dos locais para realização da catequese. A solução desinfetante de base alcoólica deve ser ministradas às crianças por um dos catequistas.
10. Assegurar o uso obrigatório de máscara no acesso e permanência nos espaços da catequese de todos (crianças, catequistas, pais e encarregados de educação, outras pessoas).

Exceção:

De acordo com as orientações da DGS as crianças da 1.^a fase (do 1.º ao 4.º ano) não são obrigadas a usarem máscaras durante a sessão de catequese, contudo e considerando que se trata apenas de um período máximo de 1 hora, considerando um previsível agravamento das condições no que a pandemia diz respeito, aconselha-se os pais e encarregados de educação a que promovam o uso de máscaras das suas crianças durante a sessão de catequese.

De sublinhar que as crianças do 3.º e 4.º ano que, após a sessão de catequese, irão participar na Eucaristia, dado que esta se celebra dentro da Igreja, terão obrigatoriamente que usar máscara durante a celebração.

11. Garantir as recomendações de distanciamento físico de todos as crianças nas salas. A distribuição das cadeiras nas diferentes salas observa o distanciamento físico. Caso, por necessidades relativas à atividade catequética a disposição das cadeiras sofrer alteração, é dever dos catequistas, no final da sessão repor a disposição original;
12. Garantir a existência de material e produtos de limpeza para a desinfeção e limpeza dos espaços, de acordo com as orientações vigentes;
13. Cumprir a programação de higienização dos espaços e equipamentos, de acordo com as orientações em vigor;
14. Manter, sempre que possível, as janelas e / ou portas abertas de modo a permitir a circulação de ar e evitar contactos desnecessários em superfícies;
15. No final de cada sessão de catequese, os catequistas devem proceder à higienização das cadeiras e à ventilação da sala que utilizou.

Gestão de Resíduos

16. Garantir a gestão de resíduos (prever sacos do lixo para colocação de máscaras inutilizadas; envolver em saco plástico e colocar no contentor de resíduos comuns).



PLANO DE CONTINGÊNCIA

Participação nas sessões de catequese. Registo de presença / ausências

17. Sensibilizar os pais e encarregados de educação para não levar os seus filhos à catequese caso manifestem sintomas que possam ser sugestivos de COVID 19. Tal facto deve ser comunicado à/ao catequista responsável pelo grupo de que faz parte a criança.
18. É obrigatório, por parte do catequista, o registo das presenças dos catequizandos, de forma a facilitar a identificação de contactos, quando surgirem casos suspeitos ou confirmados de infeção do vírus. Para tal está disponível para todos os catequistas um link com acesso a um formulário digital que permite recolher toda a informação necessária.

É fundamental que o registo das presenças / ausências das crianças e catequistas em cada grupo de catequese seja feito com todo o rigor pois será informação relevante e com implicações na vida das pessoas caso se verifique a existência de alguém infetado com o vírus e que tenha estado presente numa sessão de catequese.

19. A equipa de coordenação da Catequese assegura o registo atualizado de todos os catequizandos e catequistas, com nome, contacto telefónico, morada e endereço eletrónico que está registado no programa de gestão paroquial.

Materiais para a Catequese

20. Requisitar, com a antecedência mínima de 72 horas, recursos materiais e informáticos necessários para a consecução de atividades da catequese, a fim de garantir a higienização e segurança. (projektor, colunas, etc.).
21. Garantir a utilização individual do material de trabalho necessário ao desenvolvimento das catequese. Se, pontualmente, tal não for possível, deve proceder-se à respetiva higienização de material partilhado.

Contactos dos pais e encarregados de educação com os catequistas e o responsável pelo Cartório Paroquial.

22. Privilegiar, sempre que possível, a via digital para todos os procedimentos administrativos;
23. Privilegiar a via digital ou telefónica no contacto com os pais e encarregados de educação.
24. Sempre que seja imprescindível uma reunião presencial, a mesma deve ser individual carecendo de marcação prévia e mantendo as medidas de higiene e distanciamento; (ver uma sala na cave do CCC- cave para reunião)
25. Garantir a lista atualizada de todos os contactos telefónicos e endereços eletrónicos dos catequistas, pais e encarregados de educação a fim de serem assegurados todos os contactos urgentes em tempo oportuno;

Participação na Eucaristia

- Na Igreja Paroquial (BJM)



PLANO DE CONTINGÊNCIA

As crianças e os pais / encarregados de educação das crianças do 3.º ano são convidadas a participar na Eucaristia de sábado que tem início às 17:00. Em cada sábado apenas participará, como grupo de catequese, um dos grupos do 3.º ano. Observando-se uma rotatividade entre os grupos.

As crianças e os pais / encarregados de educação das crianças do 4.º, 5.º e 6.º ano são convidadas a participar na Eucaristia de domingo que tem início às 11:30.

- Na Igreja de NSF

As crianças e os pais / encarregados de educação das crianças do 3.º e 4.º ano são convidadas a participar na Eucaristia de domingo que tem início às 09:30. Ocuparão, com o devido distanciamento físico, os lugares no coro alto da Igreja de NSF.

Antes das celebrações:

1. No final da catequese os pais dos catequizandos (ou um deles ou quem os represente) deverão receber os seus filhos nas respetivas zonas de acesso aos edifícios.
2. São os próprios pais (ou um deles ou quem os represente) que conduzem e acompanham os filhos catequizandos à Celebração presencial da Eucaristia.
3. Os catequizandos, pais e encarregados de educação devem seguir as indicações da Equipa do acolhimento.
4. Se se sentir doente, por favor, não entre.
5. Antes de entrar, desinfete bem as mãos.
6. Use obrigatoriamente a máscara. Se não tiver, adquira-a à entrada.
7. Respeite a distância mínima de segurança
8. Cumpra todas as regras da etiqueta respiratória.

Durante as celebrações:

9. Se se sentir mal, saia de imediato.
10. Retire a máscara apenas para receber a Comunhão pela mão.

Depois das celebrações:

11. Saia segundo a ordem que lhe for indicada.
12. Deixe a sua oferta à saída.
13. Evite conversar ou reunir-se à saída da Igreja.

b) CPM. Medidas Específicas

1. Horários de funcionamento da Catequese

Tendo como objetivo evitar a aglomeração de pessoas e o cruzamento de crianças de grupos diferentes nas escadas interiores dos edifícios, estabelece para as diferentes situações os pontos de acesso e os respetivos horários de entrada e saída.

CATEQUESE DA INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA



PLANO DE CONTINGÊNCIA

Os pontos de acesso aos edifícios e horários estabelecidos só poderão ser alterados após reunião de avaliação pela equipa coordenadora da catequese.

Sessões de catequese no Centro de Comunhão e Cultura (CCC)

Grupo	Entrada	Sala	Dia	Horário
1-A	Frente	CCC1	Domingo	09:50 – 10:50
1-B	Traseira	CCC2	Domingo	09:50 – 10:50
1-C	Frente	CCC3	Domingo	10:00 – 11:00
2-A	Frente	CCC1	Sábado	14:50 – 15:50
2-B	Traseira	CCC2	Sábado	15:00 – 16:00
2-C	Frente	CCC3	Sábado	15:00 – 16:00
2-D	Traseira	CCC4	Sábado	14:50 – 15:50
Pais 2.º	Traseira	CCC-Cv	Sábado	15:15 – 15:55
Pais 3.º	Traseira	CCC-Cv	Sábado	15:30 – 16:30
Pais	Traseira	CCC-Cv	Domingo	10:10 – 11:00

Sessões de catequese no edifício do Cartório Paroquial

Grupo	Entrada	Sala	Dia	Horário
3-A	CP para Piso 1	1	Sábado	15:20 – 16:20
3-C	CP para Piso 1	3	Sábado	15:30 – 16:30
5-A	CP para Piso 1	3	Domingo	09:50 – 10:50
6-A	CP para Piso 1	1	Domingo	10:00 – 11:00
7.º/8.º	CP para Piso 1	1	Sábado	17:00 – 18:00
9.º/10.º	CP para Piso 1	3	Sábado	17:10 – 18:10

Nota: A sala n.º 2, ficará reservada para um dos grupos que ocupam as salas 1 e 3 caso necessitem de dividir o grupo em duas partes.

Sessões de catequese nas salas do Salão Paroquial

Grupo	Entrada	Sala	Dia	Horário
3-B	Salão	5	Sábado	15:20 – 16:20
4-A	Salão	5	Domingo	10:00 – 11:00

Nota: A sala n.º 4, ficará reservada para um dos grupos que ocupam as salas 5 caso necessitem de dividir o grupo em duas partes.

c) INSF. Medidas específicas

Grupo	Entrada	Sala	Dia	Horário
1-D	Frente	1	Sábado	15:00 – 16:00
2-E	Frente	2	Sábado	15:00 – 16:00
3-D	Frente	1	Domingo	10:30 – 11:30
4-B	Frente	2	Domingo	10:30 – 11:30



PLANO DE CONTINGÊNCIA

5. Plano de Contingência

Tomando em consideração as recentes orientações do Estado Português e da Direção Geral de Saúde, o Plano de atuação em situação de contingência está estruturado do seguinte modo:

a) Responsáveis

O Animador de cada um dos anos que constituem a Catequese da Infância, terá a competência de gerir e agilizar procedimentos perante casos suspeitos e/ou confirmados.

Considerando que quer ao sábado quer ao domingo coexistirão a frequentar diferentes anos e caso se verifique o surgimento de casos suspeitos e/ou confirmados deverá haver uma articulação entre os diferentes Animadores.

Caso seja necessário o Animador deverá articular as ações a tomar com o coordenador para a infância.

No caso da catequese da Adolescência é responsável é o coordenador para a Adolescência.

Os catequistas que fazem catequese com os pais, em articulação com o coordenador para a infância terão a competência de gerir e agilizar procedimentos perante casos suspeitos e/ou confirmados.

b) Áreas de isolamento

1. Áreas de isolamento:

No CPM

- No edifício do CCC a sala de isolamento é a sala contígua à casa de banho do Rés do chão identificada com o dístico “Sala de Isolamento”.
- Para os grupos cujas sessões de catequese decorrem no edifício do Cartório Paroquial e nas salas do Salão Paroquial o antigo bar do Salão Paroquial foi transformada em “Sala de Isolamento”.

Estas duas salas funcionarão, em caso de necessidade de locais de extensão uma da outra.

Em NSF



PLANO DE CONTINGÊNCIA

- A sala de isolamento é a sala 3
2. Os percursos até à área de isolamento devem estar devidamente assinalados. O percurso a efetuar deve ser direto, evitando o menor contacto pessoal possível;
 3. Em cada área de isolamento apenas pode permanecer um caso. Se surgir outro caso, o mesmo deve ser encaminhado para a extensão da área de isolamento;
 4. Cada área de isolamento deve ter os seguintes equipamentos e produtos:
 - a) mesa, cadeira, máscaras cirúrgicas, luvas descartáveis, termómetro, solução antisséptica de base alcoólica, água e alguns alimentos não perecíveis;
 - b) uma instalação sanitária ou estar próxima desta, devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel para utilização exclusiva do caso;
 - d) contactos telefónicos, bem visíveis, da linha saúde 24, da Autoridade de Saúde Local, da Unidade Saúde Pública,
 - e) contactos telefónicos de pais e encarregados de educação (na ficha de catequista).
 5. Perante a identificação de um caso suspeito, este deve encaminhar-se (caso seja adulto) ou ser encaminhado até à área de isolamento por um catequista (caso seja criança) pelo percurso definido.
 6. No percurso a efetuar, a criança ou o adulto não pode tocar em quaisquer superfícies nem interagir com terceiros. No caso de ir acompanhado, devem ser asseguradas a distância de segurança do caso suspeito e todas as regras de higienização;
 7. A pessoa que presta assistência ou entra na área de isolamento deve usar máscara cirúrgica, luvas descartáveis e manter o distanciamento necessário para além do cumprimento das medidas básicas quanto à higiene das mãos, após o contacto com a pessoa suspeita;
 8. A pessoa com sintomas deve usar máscara e substituí-la, sempre que a mesma estiver húmida.
 9. O acesso à área de isolamento, caso esteja a ser utilizada, está condicionado a todas as outras pessoas, exceto tratando-se de uma criança, aos pais e encarregados de educação e ao Animador do respetivo ano de catequese.
 10. A limpeza e desinfeção das superfícies utilizadas pelo caso e a área de isolamento serão reforçadas.
 11. Os resíduos produzidos pelo caso suspeito serão acondicionados em duplo saco, de plástico e resistente.
 12. Todos os Equipamentos de Proteção Individual (EPI) descartáveis utilizados em situações de contacto com o caso suspeito ou confirmado devem ser colocados em pelo menos dois sacos de plástico próprios, bem fechados e colocados no lixo comum.
 13. O espaço ocupado pelo caso suspeito será higienizado de acordo com as regras de higienização previstas e/ ou a recomendar pela Autoridade de Saúde Local.

c) Gestão de caso

ATUAÇÃO PERANTE UM CASO SUSPEITO DE COVID-19 DENTRO DOS EDIFÍCIOS DESTINADOS à CATEQUESE



PLANO DE CONTINGÊNCIA

1. Seguem-se os procedimentos previstos na Norma 004/2020 da DGS, nomeadamente:
 - a) as pessoas com suspeita da Covid-19 ligam para a linha SNS 24 (808242424) ou, de forma complementar, para linhas telefónicas criadas especificamente para o efeito;
 - b) A avaliação pela linha SNS24m ou pelas linhas telefónicas criadas para o efeito nas USF/UCSP, permite o encaminhamento do doente suspeito de COVID-19 para: autocuidados em isolamento no domicílio e sob vigilância; avaliação clínica em áreas dedicadas COVID-19 nos cuidados de Saúde Primários (ADC-COMUNIDADE); avaliação clínica em áreas dedicadas COVID-19 nos serviços de Urgência do SNS (ADC-SU); CODU do INEM.
2. Ativam-se todos os procedimentos constantes neste Plano de Contingência e é contactado o coordenador da infância ou da adolescência
3. O catequizando, catequista que manifestem sintomas de febre, tosse ou dificuldade respiratória, serão dirigidos imediatamente para as salas de isolamento sendo contactado de imediato que ficou com a responsabilidade de acompanhar a criança à catequese, de modo a informá-lo sobre o estado de saúde do menor.

O caso suspeito, quando se trate de um catequista, dirige-se sozinho para a área de isolamento.

O progenitor / encarregado de educação deve dirigir-se à entrada do edifício onde se encontra a criança. Aí cumprindo todas as normas de segurança, nomeadamente o uso de máscara, é acompanhado pelo Animador de ano até à área de isolamento.

4. As salas de isolamento dispõem de ventilação natural. Estão equipadas com termómetro, alimentos não perecíveis, água, toalhetes de papel, solução antisséptica de base alcoólica a 70%, máscaras cirúrgicas, luvas descartáveis, contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico).

Estão afixados os contactos necessários. Na proximidade existe instalação sanitária, com doseador de sabão e toalhetes de papel.

5. O responsável, que acompanha a pessoa com sintomas, deve colocar luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção quanto à higiene das mãos, após contacto com a pessoa doente, com o devido distanciamento.



PLANO DE CONTINGÊNCIA

6. Na área de isolamento, o progenitor / encarregado de educação, ou o próprio se for um adulto, contacta o SNS 24 (808 24 24 24) ou outras linhas criadas para o efeito e segue as indicações que lhe forem dadas.
7. O coordenador pode realizar o contacto telefónico referido anteriormente, se tiver autorização prévia do progenitor / encarregado de educação.
8. Na sequência da triagem telefónica pelo SNS 24, cumprem-se os seguintes procedimentos:
9. a) se o caso não for considerado suspeito, terminam os procedimentos constantes no Plano de Contingência:
b) se o caso for considerado suspeito, será encaminhado de uma das seguintes formas de acordo com a orientação da Autoridade Local de Saúde:
 - Autocuidado: isolamento em casa
 - Avaliação Clínica nas Áreas Dedicadas COVID-19 nos Cuidados de Saúde Primários
 - Avaliação Clínica em Serviço de Urgência
10. Se o progenitor / encarregado de educação não contactar o SNS 24 ou outras linhas criadas para o efeito, a Autoridade de Saúde Local deve ser informada da situação pelo coordenador ou pelo responsável da Catequese.

VII. Procedimentos num caso confirmado

Segue-se a Norma n.º 004/2020 da DGS e a Orientação n.º 006/2020 da DGS, no sentido de:

1. providenciar à limpeza e desinfeção (descontaminação da área de isolamento);
2. Reforçar a limpeza e desinfeção principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pela doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas;
3. armazenar os resíduos do caso confirmado em saco de plástico que, após ser fechado, é segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico;
4. a área de isolamento é interdita, até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela autoridade de saúde local.
5. Na limpeza e desinfeção das superfícies de áreas de quarentena ou isolamento, incluindo, de suspeito ou doente confirmado, deve seguir as seguintes indicações:
 - a. Esperar pelo menos 20 minutos depois de a pessoa doente, ou suspeita de estar doente sair da área de isolamento/quarentena e, só depois, iniciar os procedimentos de limpeza em segurança.
 - b. Preparar a solução de lixívia (hipoclorito de sódio) com concentração original de 5% ou mais de cloro livre.
 - c. A lixívia deve ser diluída na altura de utilizar. A solução diluída deve ser a 0,1%, na proporção de 1 parte de lixívia para 49 partes iguais de água fria.
 - d. Lavar primeiro as superfícies com água e detergente.
 - e. Em seguida, espalhar uniformemente a solução de lixívia nas superfícies.



PLANO DE CONTINGÊNCIA

- f. Deixar atuar a lixívia nas superfícies durante pelo menos 10 a 15 minutos – ler as instruções do fabricante/fornecedor. Esta etapa é fundamental.
- g. De seguida enxaguar as superfícies só com água quente;
- h. Deixar secar ao ar.
- i. Arejar sala (deixar janelas abertas).

6. Notas finais

- 1. Todas as medidas serão divulgadas aos pais, catequistas e a cada um dos grupos de catequese, de forma a evitar ou medo e a ansiedade e a facilitar o conhecimento das medidas de prevenção implementadas.
- 2. A imprevisibilidade da evolução epidemiológica da COVID-19 implica uma avaliação de risco contínua e, de acordo com o nível de risco apurado, a reavaliação das medidas a implementar razão pela qual o Plano de Contingência pode ser alterado a qualquer momento conforme as exigências do contexto.
- 3. A versão atualizada do Plano de Contingência está disponível na página da internet da Paróquia de Matosinhos.

Matosinhos, 10 de outubro de 2020

O Pároco

Pe. Emanuel António Brandão de Sousa